

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №14"

Меню  
горячего питания отдельных категорий обучающихся 5-11 классов  
на " 26 " января 2024 года

№ рек.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещ-ва			Энерг.п. (ккал)	Витамины (мг)							
			Б(г)	Ж(г)	У(г)		В 1	С	А	РР	Са	Mg	Р	Fe
268	Котлета из говядины	100	14,66	23,33	13,66	323,25	0,002	0	0,11	3,33	5	28,33	106,77	2,88
348	Соус томатный	75	1,95	3,6	6,3	65,4	0,015	1,77	18	0,17	11,9	8,63	16,65	0,35
302	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,32	7,3	34,4	244,58	0,25		25,2	2,9	17,80	163,2	248,3	5,5
349	Компот из смеси сухофруктов	200	0,45	0,02	27,77	113,06	0,020	0,4		0,5	31,82	4	15,4	1,26
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,31	17,93	84,39	0,050			0,5	7,2	10,3	27,23	0,62
	Итого:		29,85	34,56	100,06	830,68	0,34	2,17	43,3	7,40	73,7	214,46	414,35	10,61

Директор МКОУ СОШ №14  
Повар – бригадир  
Мед.работник



Х.М.Ямурзаева  
К.Б.Менлажиева  
Х.И.Абдулхалимова